

Profils types et indices

L'abus sexuel d'un enfant est très traumatisant. Pour y faire face, les victimes adoptent des habitudes qui les aident à supporter leur douleur. Mais ces méthodes peuvent causer des problèmes dans leur vie d'adulte.

- **Victimes à répétition** - Les victimes d'abus sexuel pendant leur enfance pouvant continuer à se considérer comme des victimes en grandissant. Il se pourrait qu'elles se sentent impuissantes à changer leur vie et qu'elles choisissent des relations où elles seront à nouveau victimes.
- **Victimisateur**- Des sentiments de grande douleur, de rage et de perte de contrôle peuvent inciter les anciennes victimes d'abus à traiter les autres de la même façon.
- **Consommateurs de drogues** -Les survivants d'abus pendant l'enfance peuvent avoir des problèmes liés à la consommation d'alcool et d'autres drogues, ou développer des troubles de l'alimentation.

Si vous avez besoin d'aide...

Faire face aux effets à long terme de l'abus sexuel subi pendant l'enfance peut être très difficile pour vous - le survivant de l'abus - et pour votre partenaire.

Avec les services offerts par le Programme d'Assistance aux Victimes et d'Assaut Sexuel, vous pourrez surmonter votre passé et vous créer un meilleur avenir.

**Pour plus d'information, veuillez contacter:
Programme d'Assistance aux Victimes et
d'Assaut Sexuel (VASAP)
1301 Piccard Drive Suite 4100
Rockville, Maryland 20850
(240) 777-1355
(240) 777-1347 Télémprimeur
(240) 777-4357 24 heures
www.montgomerycountymd.gov/vasap**

Montgomery County, Maryland
Département de la Santé des
Services de Santé Comportementale et de Crise



De l'aide pour les adultes molestés dans leur enfance



**Offert par le Programme d'Assistance aux
Victimes de d'Assaut Sexuel (VASAP)
(240) 777-1355
(240) 777-1347 TDD**

Vous vous sentez peut-être seuls... mais vous ne l'êtes pas.

Plus d'un quart des enfants de ce pays - des garçons et des filles - sont victimes d'abus sexuels.

Quand un enfant est abusé, le traumatisme continuera à avoir des effets sur sa vie d'adulte. De nombreux hommes et femmes souffrent en silence.

Si vous avez été molesté dans votre enfance, alors vous savez ce que c'est que:



- de vous sentir seul(e) et différent(e) des autres personnes;
- de vous sentir mal dans votre peau;
- d'être anxieux(se), déprimé(e), très inquiet(e), ou méfiant(e);
- de conserver des souvenirs de douleur, de colère et de honte;
- de trouver difficile de former et de conserver des relations proches;
- de trouver la réussite ou d'apprécier votre réussite.

Les adultes qui ont souffert d'abus sexuel durant leur enfance sont des survivants.

Mais beaucoup d'entre eux ne savent pas ce que cela signifie. Les sensations douloureuses que ressentent les survivants sont des cicatrices cachées dues à l'abus sexuel subi pendant l'enfance. Et les cicatrices signifient que la guérison a commencé.

Vous êtes fort(e), et vous pouvez surmonter votre passé douloureux. Avec les conseils et le soutien de professionnels formés spécialement, vous pouvez:

- Vous autoriser à vous remémorer ce qui est arrivé, même si c'est douloureux.
- Placer la responsabilité là où elle devrait être - sur les épaules de l'abuseur. Ce n'était pas votre faute!
- Vous féliciter pour votre courage. Vous avez traversé des temps difficiles; maintenant vous pouvez utiliser vos forces pour vous en remettre.
- Utilisez votre colère de façon utile: vous pouvez utiliser la colère pour recharger votre énergie créative!
- Apprendre à être indulgent(e) avec vous-même. Le changement prend du temps: soyez patient et aussi bon pour vous-même que vous l'êtes pour les autres.

Des services peuvent vous aider à vous en remettre ...

Si vous êtes un résident de Montgomery County vous pourriez être éligible pour:

- du counseling individuel
- du counseling en couple
- de la thérapie de groupe

Vous pouvez aussi obtenir de l'information sur les services d'autres sources.

Ceux qui sont couverts par une assurance ou peuvent payer leurs propres frais seront assistés par VASAP pour trouver la meilleure source de références. Notre programme fait partie d'un plus large réseau de fournisseurs de soins en santé mentale composé d'agences privées et publiques.

Pour plus d'informations, appelez le

**Programme
d'Assistance aux
Victimes et d'Assaut
Sexuel (VASAP)
240-777-1355**